

Escherichia coli (E. coli)

¿QUE ES E. COLI?

La E. coli es una bacteria común que vive en el vientre de las personas y los animales. La mayoría son inofensivas, pero hay una variedad peligrosa llamada E. coli O157:H7 que produce una toxina que causa enfermedad. Algunas personas se enferman tanto que necesitan ver a un médico o ser hospitalizadas. Algunas personas se enferman tanto que necesitan ver a un médico o ser hospitalizadas.

¿CÓMO SE PROPAGA?

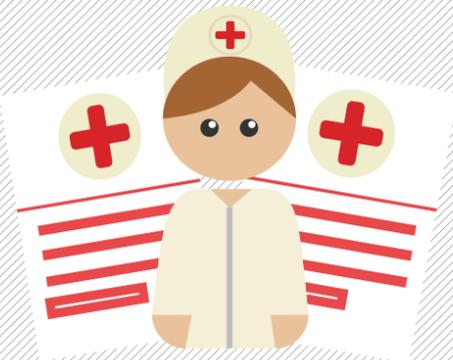
Se propaga cuando estas bacterias se desprenden en la heces y luego entran en contacto con sus manos o la boca

¿CÓMO PUEDO ENFERMARMEME?

- Alimentos que están contaminados y que no han sido cocinados adecuadamente, como la carne molida.
- Leche cruda (sin pasteurizar) y alimentos hechos con leche cruda o jugo crudo.
- Alimentos que fueron preparados por alguien que está enfermo con e. colil.
- Frutas y vegetales contaminadas donde fueron cultivadas o preparadas.
- Agua que ha sido contaminada con heces.
- Animales domésticos o mascotas como vacas o perritos.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

Diarrea con sangre
Dolor de estomago



¿CÓMO PUEDO PROTEGERME?

Supervise a los niños cuando visiten el zoológico o estén tocando animales. Asegúrese de que se laven las manos con agua y jabón.

Cocine los alimentos a la temperatura adecuada. Utilice un termómetro para comprobar.

Lávese la manos después de ir al baño o de cambiar pañales, y antes de preparar o comer alimentos.

Si tiene diarrea, no prepare alimentos para otras personas.

Evite la leche cruda y el jugo crudo. Especialmente los niños pequeños, los ancianos y las mujeres embarazadas.

Lave las frutas y verduras antes de comerlas o cortarlas.

Para más información



El Departamento de Salud de Arizona
www.azhealth.gov
<https://www.cdc.gov/ecoli/es/>



ARIZONA DEPARTMENT OF HEALTH SERVICES